

# Chăm sóc sau khi chủng ngừa: Người lớn

Biết những gì có thể xảy ra trong vài ngày tới và cách kiểm soát các tác dụng phụ

Quý vị có thể bị các tác dụng phụ sau một số loại chủng ngừa



Đau nhức bắp thịt  
và khớp



Mệt mỏi và  
nhức đầu



Sốt, ớn lạnh, và  
rùng mình



Sau khi chủng ngừa  
MMR và thủy đậu: sốt,  
da nổi đỏ, và có thể có  
các tác dụng phụ khác  
sau khi chủng khoảng  
1-2 tuần



Buồn nôn, ói mửa,  
và tiêu chảy



Đau nhức, tấy đỏ,  
và sưng ở chỗ  
tiêm chủng

Chủng ngừa COVID-19:  
Có thể xảy ra sau khi  
chủng đến 7 ngày



Sau khi chủng ngừa  
COVID-19: sưng hạch  
 bạch huyết dưới nách

Đa số tác dụng phụ đều nhẹ và sẽ hết sau 1-2 ngày

Muốn biết các tác dụng phụ của từng loại thuốc chủng cụ thể,  
hãy xem HealthLinkBC Files tại

[immunizebc.ca/adults/vaccines-recommended](https://immunizebc.ca/adults/vaccines-recommended)

Bấm vào tên thuốc chủng để xem HealthLinkBC File.

Xem trang kế về:

Hướng dẫn về  
tác dụng phụ

Hướng dẫn về  
an toàn y tế

Khi nào nhờ  
chăm sóc y tế



Có bản 简体中文 (Tiếng Hoa  
Giản Thể), 繁體中文 (Tiếng Hoa  
Phồn Thể), فارسی (Ba Tư), 한국어  
(Triều Tiên), ਪੰਜਾਬੀ (Punjabi),  
và các ngôn ngữ khác

# Chăm sóc sau khi chủng ngừa: Người lớn

## Tôi có thể làm gì để cảm thấy đỡ hơn?



### Để giảm đau và sưng tại chỗ chủng ngừa:

- ✓ Đắp khăn mát, ướt hoặc đắp nước đá lên chỗ chủng.
- ✓ Mỗi ngày cử động cánh tay nhiều lần.
- ✓ Dùng thuốc giảm đau mua tự do, chẳng hạn như ibuprofen (Advil®) hoặc acetaminophen (Tylenol®).



### Nếu bị sốt:

- ✓ Nghỉ ngơi.
- ✓ Uống nhiều chất lỏng.
- ✓ Mặc ít quần áo.
- ✓ Dùng thuốc giảm đau mua tự do, chẳng hạn như ibuprofen (Advil®) hoặc acetaminophen (Tylenol®) để giúp hạ sốt và bớt khó chịu.

## Hướng dẫn về an toàn khi dùng thuốc mua tự do

- ✓ Đọc kỹ và tuân theo tất cả mọi chỉ dẫn trên nhãn. Đừng dùng quá liều đề nghị.
- ✓ Nếu quý vị có thai, đừng dùng ibuprofen (Advil®). Hãy dùng acetaminophen (Tylenol®).

## Khi nào nhờ chăm sóc y tế

Rất hiếm khi xảy ra các tác dụng phụ sau khi chủng ngừa. Nhưng nếu có thì điều quan trọng là cần phải hành động.

### Hãy nhờ chăm sóc y tế ngay nếu quý vị::

- ✓ Có các dấu hiệu hoặc triệu chứng bị phản ứng nặng vì dị ứng (chẳng hạn như phát ban, khó thở, hoặc sưng cổ họng, lưỡi, hoặc môi). Nếu có các triệu chứng này sau khi rời phòng chủng, hãy gọi số 911 hoặc số điện thoại cấp cứu địa phương.
- ✓ Chủng ngừa COVID-19 và thấy đau ngực, hụt hơi, hoặc cảm thấy tim đập nhanh, đập loạn xạ, hoặc đập mạnh.
- ✓ Bất cứ dấu hiệu hoặc triệu chứng nào đáng lo ngại.

**Hãy trình báo bất cứ tác dụng phụ nào nghiêm trọng và/hoặc bất ngờ sau khi chủng ngừa cho nơi/phòng chủng ngừa hoặc chuyên viên chăm sóc sức khỏe.**



Tìm hồ sơ chủng ngừa của quý vị tại [healthgateway.gov.bc.ca](https://healthgateway.gov.bc.ca)